

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif adalah penelitian lapangan yang menghasilkan data deskriptif, berupa data-data tertulis atau lisan dan orang-orang, peneliti yang diamati.¹

Jenis pendekatannya adalah pendekatan deskriptif. Jenis pendekatan deskriptif adalah salah satu jenis penelitian tentang rumusan masalah yang memandu penelitian untuk mengeksplor atau memotret situasi sosial yang akan diteliti secara menyeluruh, luas dan mendalam.²

Dilihat dari pokok masalah yang diteliti, penelitian ini tergolong dalam penelitian studi kasus, yaitu permasalahan yang berkaitan dengan pengaruh kesehatan fisik dan mental mahasiswa terhadap proses belajar di STIT Darul Ulum Kotabaru.

Studi kasus adalah suatu proses pengumpulan data dan informasi secara mendalam, mendetail, intensif, holistik, dan sistematis tentang seseorang.³ Dalam pendekatan studi kasus, biasanya seorang peneliti akan

¹ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2014), hlm. 4

² Dewi Sadiyah, *Metodologi Penelitian Dakwah*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2015), hlm. 3.

³ A Muri Yusuf, *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian Gabungan*, (Jakarta: Prenamedia Group, 2014), hlm. 339

meneliti satu individu atau unit sosial tertentu secara lebih mendalam. Dengan begitu, peneliti berusaha untuk menemukan semua variabel penting yang terikat dengan diri subjek yang diteliti. Selain itu, peneliti juga meneliti bagaimana perkembangan diri subjek, penyebab terjadinya hal tersebut, perilaku keseharian subjek, dan alasan perilaku itu dilakukan, serta bagaimana perilaku berubah dan penyebab terjadi perubahan perilaku tersebut.⁴

B. Subjek dan Objek

1. Subjek

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa STIT. Darul Ulum Kotabaru yang memiliki pekerjaan sampingan yaitu Siti Mahmudah dan Muhammad Fakhri Ramadhan.

2. Objek

Objek penelitian ini adalah pengaruh kesehatan fisik dan mental mahasiswa terhadap proses belajar di STIT. Darul Ulum Kotabaru dan faktor-faktor yang mempengaruhinya.

C. Data, Sumber Data dan Teknik Pengumpulan Data

1. Data

Data yang digali dalam penelitian ini ada dua macam, yaitu data pokok dan data penunjang.

⁴ Muhammad Idrus, *Metode Penelitian Ilmu Sosial*, (Yogyakarta: Erlangga, 2009), hlm.

a. Data Pokok

Data pokok adalah data yang berkenaan dengan masalah yang sudah dirumuskan, yaitu:

1. Pengaruh Kesehatan fisik dan mental terhadap proses belajar, meliputi:
 - a. Kemampuan mengatur waktu istirahat
 - b. Kemampuan menyesuaikan diri
 - c. Kemampuan mengatasi kesulitan
 - d. Kemampuan berkonsentrasi
 - e. Kemampuan memikul tanggung jawab
 - f. Kemampuan menjaga kedisiplinan diri
2. Faktor yang mempengaruhi kesehatan fisik dan mental, meliputi:
 - a. Waktu
 - b. Emosi
 - c. Pengajar (Dosen)

b. Data Penunjang

- 1) Data penunjang adalah data yang berkenaan dengan gambaran umum lokasi penelitian, yaitu sejarah singkat STIT. Darul Ulum Kotabaru, jumlah karyawan, serta sarana yang dimiliki.

2. Sumber Data

Untuk mendapatkan data di atas digali dengan melalui sumber data sebagai berikut:

- a. Responden, yaitu mahasiswa STIT. Darul Ulum Kotabaru. Sumber ini untuk menggali data tentang kesehatan fisik dan mental mahasiswa terhadap proses belajar serta pengaruh kesehatan fisik dan mental pada pekerjaan dan proses belajar yang mempengaruhinya.
- b. Informan, yaitu mahasiswa, orangtua mahasiswa serta rekan kerja. Sumber ini untuk menggali data tentang pengaruh tekanan fisik dan mental pada pekerjaan dan proses belajar serta hal-hal yang tidak dapat digali dari sumber lain.

Bahan dokumentasi yang terdapat di STIT. Darul Ulum Kotabaru, yaitu menggali data tentang sejarah singkat dan mahasiswa serta pekerjaan yaitu lingkungan, antar karyawan dan pembeli.

c. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mengumpulkan data yang dipergunakan dalam penelitian ini, penulis menggunakan beberapa teknik sebagai berikut:

a) Wawancara

Wawancara yang penulis gunakan adalah metode wawancara tak berstruktur yaitu “pertanyaan-pertanyaan tentang pandangan, sikap, keyakinan responden atau keterangan-keterangan lainnya, dapat diajukan secara bebas kepada responden (bersifat luwes) namun tetap berhubungan dengan masalah yang akan diteliti”.⁵

Teknik ini dilakukan dengan cara mengajukan pertanyaan kepada responden dan informan untuk menggali data tentang

⁵ Iskandar, *Penelitian Tindakan Kelas*, (Cipayung-Ciputat: Gaung Persada Pers, 2009)

kesehatan fisik dan mental mahasiswa terhadap proses belajar dan pengaruhnya serta menggali data tentang gambaran umum lokasi penelitian yang tidak dapat digali melalui teknik lain.

b) Observasi

“Metode observasi adalah kegiatan pengamatan (pengambilan data) untuk memotret seberapa jauh efek tindakan yang telah mencapai sasaran”.⁶

Teknik ini digunakan untuk mencari data dengan mengadakan pengamatan langsung terhadap hal-hal yang dapat diamati yang ada hubungannya dengan masalah yang diteliti. Dalam hal ini mengenai kesehatan fisik dan mental mahasiswa terhadap proses belajar dan yang mempengaruhinya serta kondisi lingkungan sekolah dan sarana prasarana lainnya.

c) Dokumenter

Dokumentasi adalah penelaahan terhadap referensi – referensi yang berhubungan dengan fokus permasalahan penelitian. Dokumen–dokumen yang dimaksud adalah dokumen pribadi mahasiswa, dokumen resmi, referensi-referensi, foto-foto, rekaman kaset, seperti (rapor, absensi siswa).

Teknik ini digunakan untuk melengkapi data-data di atas yang meliputi pengaruh kesehatan fisik dan mental mahasiswa terhadap proses belajar dalam hal mengelola dan mengendalikan kesehatan

⁶ Suharsimi Arikunto, *Penelitian Tindakan kelas*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2008)

fisik dan mental dalam situasi bekerja dan proses belajar mahasiswa, sejarah singkat STIT. Darul Ulum Kotabaru, pekerjaan yang berkaitan dengan karyawan serta kondisi dan situasi pekerjaan serta kampus STIT. Darul Ulum Kotabaru.

Jumlah siswa serta jumlah karyawan dan Tata Usaha. Untuk lebih jelasnya mengenai data, sumber data dan teknik pengumpulan data, dapat dilihat pada matriks berikut ini:

MATRIKS

DATA, SUMBER DATA DAN TEKNIK PENGUMPULAN DATA

NO	JENIS DATA	SUMBER DATA	TEKNIK PENGUMPULAN DATA
1	Kesehatan fisik dan mental, meliputi: a. Kemampuan mengatur waktu istirahat b. Kemampuan menyesuaikan diri c. Kemampuan mengatasi kesulitan d. Kemampuan berkonsentrasi e. Kemampuan memikul tanggung jawab f. Kemampuan menjaga kedisiplinan diri	Mahasiswa STIT. Darul Ulum Kotabaru	Wawancara, Observasi
2	Faktor yang mempengaruhi kesehatan fisik dan mental, meliputi: a. Waktu b. Emosi c. Lingkungan d. Pengajar (Dosen)	Mahasiswa STIT. Darul Ulum Kotabaru	wawancara, Observasi

3	Data penunjang meliputi: a. Data tentang sejarah berdirinya b. Data tentang STIT Darul Ulum c. Data tentang visi dan misi d. Data tentang bangunan dan fasilitas	Kepala Sekolah, Staf TU	Wawancara, Observasi Dokumentasi
---	--	-------------------------	----------------------------------

D. Teknik Pengolahan Data dan Analisis Data

1. Teknik Pengolahan Data

- a. Editing yaitu penulis melakukan pengecekan kembali terhadap data yang terkumpul baik melalui observasi, wawancara dan dokumenter untuk mengetahui apakah data sudah lengkap, dapat dipahami dan dapat dipakai.
- b. Klasifikasi yaitu penulis mengelompokkan data agar memudahkan dalam penyajian data.
- c. Penarikan kesimpulan pada tahap penarikan kesimpulan ini yang dilakukan adalah memberi kesimpulan terhadap analisis serta pemberian penjelasan dari data yang telah diperoleh.

2. Analisis Data

Data yang sudah diolah selanjutnya disajikan secara deskriptif, setelah itu dilanjutkan dengan analisis data. Untuk menganalisis data selanjutnya, penulis menggunakan analisis data secara deskriptif kualitatif yang bertujuan untuk menggambarkan keadaan atau fenomena yang ada dilapangan yaitu hasil penelitian dengan pilah-pilih secara sistematis menurut kategorinya dengan bahasa yang mudah dicerna oleh semua orang. Deskriptif kualitatif adalah menentukan dan menafsirkan data yang

ada. Misalnya tentang situasi yang dialami satu hubungan kegiatan, pandangan, sikap yang nampak atau tentang suatu proses yang meruncing dan sebagainya.

E. Prosedur Penelitian

Dalam penelitian ini ada beberapa tahapan yang harus dilalui, yaitu:

a. Tahapan Pendahuluan

Dalam tahapan ini dilakukan persiapan untuk penjajakan sementara terhadap objek penelitian, mengumpulkan literatur serta mencari informasi yang berhubungan dengan rencana penelitian, setelah itu membuat desain proposal skripsi.

b. Tahapan Persiapan

Setelah mendapat persetujuan dari dosen pembimbing, maka diadakan seminar proposal skripsi untuk mencari masukan tentang langkah-langkah yang harus ditempuh dalam melaksanakan penelitian. Kemudian minta Surat Perintah Riset dan selanjutnya menyiapkan daftar angket dan pedoman wawancara.

c. Tahapan Pelaksanaan

Dalam tahap ini penulis melaksanakan penelitian dengan membagikan angket dan melakukan wawancara serta menggali data dengan teknik yang ada. Setelah data terkumpul, maka dilakukan pengolahan data dan dianalisis.

d. Tahapan Penyusunan Laporan

Dalam tahapan ini dilakukan penyempurnaan hasil penelitian yang kemudian diserahkan kepada Dosen Pembimbing untuk dikoreksi dan diperbaiki. Setelah itu diperbanyak dan selanjutnya di bawa ke Sidang Munaqasyah untuk diujikan dan dipertahankan.